

Комментарий

Для оценки результатов тренинга часто используют анкеты. После проведения тренинга «Большие психологические игры» планируется провести анкетирование участников тренинга с целью анализа результативности данного мероприятия:

Анкета по итогам тренингов

Что тебе понравилось на тренинге?

Что тебе не понравилось на тренинге?

Поменялся (ась) ли ты (как человек, как личность) за время тренинга?

Если поменялся (ась), то, что с тобой произошло?

Кто еще из ребят, с твоей точки зрения, поменялся, и поменялся больше всего?

Какие из упражнений тренинга оказали наибольшее влияние на тебя? На группу?

Было ли тебе страшно в группе? Когда?

Жалеешь ли ты о чем-то, что произошло за время тренинга? О чем?

Что из того, что ты получил (а) на группе, ты можешь использовать в своей повседневной жизни уже сейчас?

Как ты считаешь, нужен ли еще один цикл тренингов?

Какие проблемы ты бы хотел обсудить в дальнейшем?

Анализ анкет участников тренинга

Среди ответов на вопросы "Изменился ли ты (как человек, личность) за время тренинга?" встречались такие ответы:

«Я стал лучше относиться к друзьям, стал увереннее»,

«У меня повысилось самооценка»,

«Я стала лучше учиться»,

«Внутри себя мне стало лучше, я переборол свой страх»,

«Я стал терпеливым и смелым».

«Да, в лучшую сторону»,

«Да, я стал раскрыт в разговоре с человеком»,

«Да, я стала более общительная, избавилась от некоторых комплексов».

На вопрос "Что из того, что ты получил на тренинге, ты можешь использовать в повседневной жизни уже сейчас" почти все ребята ответили, что стали использовать знания и умения, полученные на тренинге, в жизни, и это им очень помогает:

"Быть уверенным";

"Умение бороться со страхом";

"Могу уверенно отвечать на вопросы, закончить начатое дело";

"Расслабляться".

На вопрос "Что тебе не понравилось на тренинге?" не было ни одного ответа.

На вопрос «Что бы ты хотел пожелать другим» были ответы:

«Увидеть Вас снова»,

«Не забывайте нас»,

«Желаю безоблачного неба, когда Вы идете по улице»,

«Ждем Вас к нам в гости»,
«Мы Вас любим».

Формальных ответов не было.

Самоанализ результативности проведенного тренинга

Самое главное – удалось выстроить доверительные отношения с ребятами. Этому способствовало специально организованное поведение по принципу правдивости, отсутствия как заигрывания, так и «командирского» тона – отношения более опытного, но равного партнера по выполнению действий. Во время проведения тренингов акцент ставился на «чувство локтя», «плечо друга», хотя таких слов не говорилось, но постоянно специально звучало в установках на выполнение того или иного упражнения.

Многие упражнения предлагались ребятам как задачи, решая которые, они преодолевали в себе некий барьер, либо получали неведомые раньше ощущения и приобретали опыт. Многие упражнения были направлены на то, чтобы дать им представление о том, что можно наблюдать, замечать, отмечать, как это делать и чем руководствоваться, что ориентировало их на внимание к окружающим.

Благодаря тому, что придавалось большое значение изменениям, ребята действительно стали меняться: у многих появилась потребность участвовать в группе и сотрудничать при решении общих задач, расширились проявления искренних чувств, симпатий между участниками группы. Нельзя сказать, что ребята изменились полностью: изменения хорошо видны в тренинговой комнате, необходимо время, чтобы ребята перенесли пережитый опыт на другие бытовые ситуации. Глубокие личностные изменения происходят в более широком жизненном контексте, за пределами тренинговой комнаты. Именно жизненный контекст создает другие необходимые и достаточные условия для личностных изменений.

Список используемой литературы

1. Абрамова Г. Практическая психология. - М. 2001.
2. Аллан Дж. Ландшафт детской души. СПб. — Мн., 1997.
3. Битянова М. Психология личностного роста. - М., 1995.
4. Битянова М. Я и моя группа // Школьный психолог. 2000. № 48.
5. Битянова М. Широко закрытые глаза // Школьный психолог. 2003. № 10.
6. Большаков В. Психотренинг. Социодинамика. Игры. Упражнения. - СПб., 1996.
7. Вачков И. Основы группового тренинга. - М., 1999.
8. Вачков И. Поборемся на пальцах // Школьный психолог. 2000. № 01.
9. Вачков И. Групповые методы в работе школьного психолога. – Ось-89. 2002
10. Грегг М. Ферс. Тайный мир рисунка. Исцеление через искусство. — СПб.: Европейский дом, 2000.
11. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д., Грабенко Т.М. Практикум по креативной терапии. — СПб.: Речь, ТЦ Сфера, 2001.
12. Карабанова О.А. Игра в коррекции психического развития ребенка. — М., 1997.
13. Кардашина О. Двенадцать правил успешного тренинга с подростками. // Школьный психолог. 2002. № 32.
14. Кочюнас Р. Психотерапевтические группы: теория и практика. - М. 2000.
15. Кривцова С. Навыки конструктивного взаимодействия с подростками. - 2004.
16. Лидерс А. Психологический тренинг с подростками. М. 2001.
17. Маликова Н. Принц и нищий. Сюжетная игра // Школьный психолог. 2004. № 1.

18. Никушина Н. Психологический КВН // Школьный психолог. 2006. № 15.
19. Оклендер В. Окна в мир ребенка. — М.: Класс, 2000.
20. Психологические упражнения для тренингов // Сайт trepsy.net.
21. Рудестам К. Групповая психотерапия. - Питер Ком., 1998
22. Савинова Э. Я + Ты = Мы Программа практикума по эмоциональному сплочению членов группы (класса) // Школьный психолог. 2006. № 11, 12.
23. Сайт ИД «Первое сентября». Фестиваль «Открытый урок» 2004-2005 учебный год.
24. Сборник игр для руководителя скаутов. Игры для скаутов. Петрозаводск. 1998.
25. Сушенцов А., Елена Белинская Б. Я такой же, как все // Школьный психолог. 2006. № 20.
26. Успенская С. Культура эмоций. Программа учебного курса для старшеклассников // Школьный психолог. 2004. № 2.
27. Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения: Практическое пособие / Пер. с нем. В 4 т. — М.: Генезис, 2000.
28. Хрящева Н., Макшанов С., Сидоренко Е. Психогимнастика в тренинге. - Спб., 1999.